



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01168	Grysikowa lekk.got. (porcja)		08061	Twaróg z ml. (porcja)	
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Selery	20 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g	3628	Pomidory	50 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Bulka 100g	1 sz		Kasza manna	25 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g		Cukier	20 g
				Jarzynka	2 g		Bulka 100g	1 sz
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)			Masło roślinne	10 g
				Łopátka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bulka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09148	Salata ze śmiet. (porcja)				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 427 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1095 [kcal]			Wartość kaloryczna: 461 [kcal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
8298	1983	48.83	14.90	301.90	88.75	76.14	10.65	709.10	30.86	148.10

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Jajka Mleko Seler Gluten
Kolacja	Mleko Gluten